

5月21日(火)

食育の日

ゆで野菜サラダ

牛乳

ヨーグルト

コッペパン

スティフアド



「スティフアド」はギリシャ風シチューです。トマトのほのかな酸味がパンやごはんとてもよく合います。今月の食育の日のテーマは、「世界の料理」です。

「スティフアド」には、赤ワイン・ケチャップ・さとう・しょうゆ・塩・こしょう・オールスパイス・オレンジジュース等の調味料が使われていて、よく煮込んでありました。地元食材は、米・きゅうり・玉ねぎ・キャベツ・しょう油です。